

令6年12月の予定 あおぞらライフデイサービス(介護・介護予防・認知対応)

口の開け閉めや咀嚼することが脳に刺激を与え、脳の活性化につながると言われています。噛む刺激で脳の神経細胞が増えて認知症の予防につながるなどとも言われています。歯が多く残っている人の方が認知症になるリスクが低いといった研究結果もあります。

	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6	7
午前	お休み	脳活性プログラム	個別機能測定	カワイ音楽教室	シニアヨガ教室	カワイ音楽教室	カワイ体操教室
午後		カワイリハビリ音楽体操教室	すてっぷくらぶ陶芸教室	すてっぷくらぶ折り紙教室	個別機能測定	個別機能測定	個別機能測定
	8	9	10	11	12	13	14
午前	お休み	カワイ音楽教室	運動機能向上プログラム	カワイ体操教室	シニアヨガ教室	カワイ体操教室	ピアノ&フルートデュオコンサート
午後		運動機能向上プログラム	ギター&尺八コンサート	脳活性プログラム	脳活性プログラム	すてっぷくらぶちぎり絵教室	運動機能向上プログラム
	15	16	17	18	19	20	21
午前	お休み	運動機能向上プログラム	カワイ体操教室	運動機能向上プログラム	高田真子歌謡ショー	カワイ音楽教室	運動機能向上プログラム
午後		すてっぷくらぶ書道教室	すてっぷくらぶ書道教室	すてっぷくらぶハーモニカ教室	運動機能向上プログラム	すてっぷくらぶ水彩画教室	認知機能低下予防教室
	22	23	24	25	26	27	28
午前	お休み	カワイ体操教室	運動機能向上プログラム	(LOYDクラブ)メガネクリーニング	DAMDAM音楽レク体操	運動機能向上プログラム	足腰元気になるう体操!!
午後		脳活性プログラム	すてっぷくらぶ硬筆ペン字教室	あおぞらライフクリスマス会	脳活性プログラム	すてっぷくらぶ華道教室	脳活性プログラム
	29	30	31	★ショートステイからのお知らせ★			
午前	お休み	カーサブラスアンサンブルコンサート	12/31(火)~1/3(金) デイサービスはお休みとなります	早いもので、今年も1年終わろうとしています。12月は、寒さも本格化しインフルエンザ等の感染症も蔓延する恐れのある月です。手洗いうがいやマスク等基本的な感染予防をしつつ、栄養のある温かい食事を3食摂り、規則正しい生活をしていきましょう。今年も1年ご利用ありがとうございました。			
午後		やまうち屋紙芝居					

すてっぷクラブ (カルチャークラブ) ~外部講師による教室~のご案内						
*陶芸	第1火曜日	*折り紙	第1水曜日	高田真子歌謡ショー	第3木曜日	歌手 高田真子
*水彩画	第3金曜日	*硬筆ペン字	第4火曜日	カワイ体操	月5回 (不定期)	仲野みよ子講師
*ちぎり絵	第2金曜日	ハーモニカ	第4水曜日	カワイ音楽	月4回 (不定期)	松本・高野講師
*書道	第3月・火曜日	足腰元気になるう体操!!	不定期	リハビリ音楽体操	月1回 (不定期)	仲野・佐藤講師
*華道	第4金曜日	認知機能低下予防教室	不定期	シニアヨガ	月2回 (不定期)	大塚ゆかり講師
				DAMDAM音楽レク体操	月1回 (不定期)	

\* 別途材料費がかかります。